



## LICHT HOOFD- EN/OF HERSENLETSEL

**U of uw familielid heeft een ongeval gehad, waarbij het hoofd betrokken is geweest. Na medische beoordeling blijkt dat u of uw familielid naar huis mag.**

### **Wanneer neemt u contact op met de Spoedpoli?**

Mocht er sprake zijn van herhaald braken, verwardheid, toename van sufheid en forse toename van hoofdpijn dan dient u contact op te nemen tussen 07.00 - 21.00 uur met de Spoedpoli (0181- 65 8777) en tussen 21.00 – 07.00 uur met de Huisartsenpost (0181 – 62 7055).

Overige aandachtspunten voor de eerste 24 uur

- Geen slaapmiddelen of alcohol gebruiken.
- U mag doen wat u prettig vindt en bent niet verplicht in bed te blijven.
- Wekadvis is niet nodig.

Bij onduidelijkheden kunt u eveneens bellen naar de Spoedpoli.

### **Leefregels na de eerste 24 uur**

Uit onderzoek is gebleken dat de gevolgen van licht hersenletsel bij de meeste mensen lastig, maar niet ernstig zijn. Gedurende de eerste weken na het ongeval hebben veel mensen last van klachten zoals hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid en concentratiestoornissen. Meestal verdwijnen deze klachten spontaan. Het is aangetoond dat langdurige rust deze klachten eerder verergert dan vermindert.

De dagen na het ongeval adviseren wij u, afhankelijk van uw klachten:

- 48 – 72 uur rust te nemen.
- U kunt tot 4x per dag 1.000 mg Paracetamol gebruiken tegen de hoofdpijn.

Bij aanhoudende klachten, langer dan 2 weken, of wanneer u het niet vertrouwt, maakt u een afspraak bij de huisarts.

### **Heeft u nog vragen of wilt u contact opnemen ?**

Dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Neurologie via 0181- 65 8370 (ma t/m vr 08.00 – 16.30 uur).

Bel bij spoed naar de Spoedpoli op telefoonnummer 0181- 65 8777 (7 dagen per week 07.00 tot 21.00 uur, dus ook in het weekend). Buiten deze tijden kunt u contact opnemen met Huisartsenpost 0181- 62 7055.